



Утверждаю: Директор ИП Щеглова

01.09.2022год

Зоренченко Д.И.

Примерное 14 дневное Меню

На питание учащихся с ограниченными возможностями и детей инвалидов.



Согласовано: Директор
" 09 " 09 2022 года

СЕЗОН: осень - зимний

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		Пищевые вещества				Витамины					Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)			
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки	Жиры	Углевод	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
		цена	цена																	
сб 2007г																				
(Могилный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50						157,60
сб 1996г	чай с сахаром и																			
реу№629/2и3	лимоном	200/10/7	200/10/7	4,25	0,04	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00						41,26
Итого:																				198,86

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		Пищевые вещества				Витамины					Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)				
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки	Жиры	Углевод	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe							
		цена	цена																		
ТТК №3	котлета	100	100	35,70	12,00	30,00	14,00	16,88	11,00	0,03	48,03	33,45	158,40	46,20	0,01						370,00
сб 1996г	Аппетитная(куриная)	180	180	11,20	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10						367,06
реу№255	макароны отварные	60	60	16,75	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35						8,36
сю 1996г	соус основной																				
реу№528/3	красный	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02						128,52
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00						41,26
сб 1996г	чай с сахаром и																				
реу№629/2и3	лимоном	200/15/7	200/15/7	95,00																	915,20
Итого:																					

День 2

День 4

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
сб 1996г рец№629/2и3	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:																198,86

сб 1996г рец№257	каша молочная с маслом сливочным (манная)	200/11	200/11	30,73	4,52	4,07	35,46	0,04	0,00	20,00	0,00	10,70	38,60	7,90	0,47	121,76
ТТК№1	блин со вкусом вар сгущ. молока	50	50	25,32	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
удост. качества сб 1996г рец№642/3	хлеб пшеничный в/с	1/30	1/30	3,25	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
Итого:	Какао на молоке	200	200	15,10	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52
				95,00												591,80

День 5

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
сб 1996гсб№629	чай с сахаром	200/15	200/15	3,40	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого																198,86

сб 1996г рец№255	макароньы отварные	180	180	11,20	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
сб 1996г рец№528/3	соус основной красный	40	40	11,20	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
ТК№9	тефтеля "Домашняя"	100	100	42,10	9,00	9,00	11,00	0,08	1,00	20,00	1,20	14,74	27,24	20,40	3,34	117,00

Качест удост сб 1996г	Хлеб пшеничный в/с чай с сахар.и лимоном	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
рец№629/2и3		200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:				95,00												662,20

День 6

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
сб 1996г																
рец№629	чай с сахаром	200/15	200/15	3,40	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:																198,86

сб 1996г	вареники отварные со сметаной	230	230	68,55	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
Качест удост																
сб 1996г	хлеб пшеничный в/с чай с сахаром и лимоном	1/30	1/30	3,25	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
рец№629/2и3		200/15/5	200/15/5	4,20	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:				95,00												389,78

День 7

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом чай с сахаром и лимоном	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,3	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
сб 1996г																
рец№629/2и3		200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:																198,86

ТТК№1	Олин со вкусом вар сгущ.мол.	50	50	25,32	3,50	7,50	36,00	24,2	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
-------	---------------------------------	----	----	-------	------	------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	------	--------

сб 1996г реп№257	каша молочная с маслом сливочным (геркулесовая)	200/15	200/15	37,58	9,70	12,50	54,40	0,04	6,80	28,45	0,05	55,28	61,00	13,00	1,20	242,42
Удост качества сб 1996г реп№629/2из	хлеб пшеничный чай с сахаром и лимоном	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
Итого:		200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
				95,00												642,20

День 8

сб 2007г (Могилный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
сб 1996г реп№629/2из	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:																198,86

сб 1955г№690	печень по строгоновски	75/55	75/55	34,54	17,43	11,64	7,10	6,36	25,61	5,84	0,00	20,40	241,17	16,25	5,10	356,90
сб 1996г реп№255	гречка отварная рассыпчатая	180	180	20,30	20,30	17,00	35,69	0,06	1,01	48,00	0,00	45,10	199,30	47,50	2,19	416,15
Уд качества	огурец свежий	30	30	8,06	0,80	0,10	2,80	0,40	2,94	0,00	0,00	10,20	18,00	8,40	0,30	43,94
Качест удост сб 1996г реп№629/2из	хлеб ржаной чай с сахаром и лимоном	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
Итого:		200/15/7	200/15/7	5,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
				95,00												986,77

День 9

сб 2007г Могилный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	15,60	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
-----------------------	--------------------	-------	-------	-------	------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	------	-------	------	--------

День 11

сб 2007г (Могильный) сб1996г рец№629/2из Итого	бутерброд с маслом чай с сахаром и лимоном	30/10 200/15/7	15,60 5,00	3,48 0,04	8,32 0,00	17,20 10,12	0,30 0,00	0,33 1,60	20,00 11,10	10,20 0,00	80,00 15,33	0,09 2,30	17,18 0,77	0,50 0,00	157,60 41,26	198,86
--	--	-------------------	---------------	--------------	--------------	----------------	--------------	--------------	----------------	---------------	----------------	--------------	---------------	--------------	-----------------	--------

ТТК № 3	котлета мясная "Цвибельская"	100	35,00	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
сб 1996г рец№255	макаронь отварные	180	11,20	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
сб 1996г рец№528/3	соус основной красный	60	16,70	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
Качест удост сб 1996г	Хлеб ржаной	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
рец№629/2из Итого	лимоном	200/15/7	5,00	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
			95,00												880,77

День 12

сб 2007г (Могильный) сб 1996г рец№629/2из Итого	бутерброд с маслом чай с сахаром и лимоном	30/10 200/15/7	15,60 5,00	3,48 0,04	8,32 0,00	17,20 10,12	0,30 0,00	0,33 1,60	20,00 11,10	10,20 0,00	80,00 15,33	0,09 2,30	17,18 0,77	0,50 0,00	157,60 41,26	198,86
---	--	-------------------	---------------	--------------	--------------	----------------	--------------	--------------	----------------	---------------	----------------	--------------	---------------	--------------	-----------------	--------

ТТК №1	блин со вкусом вар сгущ молока	50	25,32	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
сб 1996г рец№162/3	суп молочный с крупой (гречневый)	320	27,48	7,04	7,68	40,10	0,30	0,33	40,00	10,20	110,00	0,09	35,80	3,32	254,86
Качест качества сб 1996г	хлеб пшеничный	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
рец№642/3	какао на молоке	200	15,10	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52

Качест удѣст сб 1996г рец№629/2из	Хлеб пшен. в/с чай с сахаром и лимоном	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
Итого		200/15/7	200/1/7	5,00 95,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26 619,04

Технолог

Повар

Гученко Е.Е.

